

NEU

Ab 20. August 2018 in Schwyz: Yoga für Kids & Teens!

FÜR KINDER UND TEENS YOGA KIDS TEENS

Schulstress, Reizüberflutung und Bewegungsmangel sind Gründe, die Kinder heutzutage aus dem Gleichgewicht bringen!

Yoga bietet einen guten Ausgleich. Die Übungen stärken das Körperbewusstsein und die kindliche Körpermotorik, verhindern und korrigieren Haltungsschäden. Durch die entspannende Wirkung von Yoga wird Hyperaktivität verhindert oder verbessert. Das Immunsystem und die Konzentrationsfähigkeit werden gestärkt.

KIDS

DI	10.30 – 11.30	4 - 6	J
DI	15.30 – 16.30	4 - 7	J
DI	16.45 – 17.45	8 - 11	J
DO	15.15 – 16.15	4 - 7	J
DO	16.30 – 17.30	8 - 11	J

TEENS

Mi 17.15 – 18.15 12 - 16 J

Findet über heyoga.ch statt

Preise

Probelektion	CHF 15
10 - er Abo	CHF 170

Wo

I de Fabrik
Laubstrasse 4
6430 Schwyz



Kursleitung

Heidi Trütsch Mettler

Anmeldungen ab sofort unter

E-Mail: heidi@yohkids.ch

Tel: +41 79 370 34 21

yohkids.ch

